

الفصل الثاني

القراءات النظرية والدراسات السابقة

- القراءات النظرية

○ البرامج التعليمية

- مكونات البرنامج التعليمي
- أسس بناء البرنامج التعليمي
- أهداف برامج التربية الرياضية
- أهمية البرامج التعليمية
- التقسيم التربوي الحديث للبرامج التعليمية

○ الوحدة التعليمية

- التدريس الفعال للتربية البدنية للمدارس الثانوية
- خطوات في تطوير الوحدة
- وحدة كرة القدم الخماسية
- الإجراءات التدريسية
- وحدة التربية البدنية
- مخطط الدروس اليومية

○ فاعلية الأداء المهاري

○ التصويب في كرة القدم

- شروط التصويب
- أسباب عدم استغلال فرص التصويب
- العوامل الرئيسية المؤثرة في نجاح التصويب

○ خماسي كرة القدم

- خماسي كرة القدم أصلاً وغاية
- تاريخ نشأة لعبة خماسي كرة القدم
- أساسيات خماسي كرة القدم
- ما الذي تطوره كرة القدم الخماسية المغلقة
- مقارنة بعض الفروق بين كرة القدم الخماسية المغلقة وكرة القدم للملاعب الخارجية

○ خصائص المرحلة السنية من (١٢ - ١٥) سنة

- الدراسات السابقة

أولاً: الدراسات العربية.

ثانياً: الدراسات الأجنبية.

- التعليق على الدراسات السابقة.

- القراءات النظرية:

- البرامج التعليمية:-

يعرفه عبد الحميد شرف (٢٠٠٠) انه عبارة عن الخطوات التنفيذية لعملية التخطيط لخطوة صممت سلفاً وما يتطلبه ذلك التنفيذ من توزيع زمني وطرق تنفيذ وإمكانات تحقيق لهذه الخطوة. (٢٩: ١٨)

وتذكر ليلى زهران (٢٠٠٦) هو مجموعة خبرات نابعة من المنهاج ومعدة وفق تنظيم يزيد من إمكانية تنفيذها، ويتطلب ذلك أن يضم البرنامج بالإضافة إلى مجموعة الخبرات التعليمية المتوقعة والمختارة من المنهاج وكل ما يتعلق بتنفيذها من وقت ومكان وأدوات وطرق تدريس ودور كل من المدرس والتلميذ في تنفيذها. (٤٠: ١٧)

وتشير مكارم أبو هرجة، محمد سعد (١٩٩٩) إلى مفهوم البرنامج التعليمي أنه الوسيلة التعليمية الذي يساعد القائمين بالتعليم والتدريب في مجال كرة القدم في تنفيذ الوحدات الدراسية بأسلوب علمي سليم حيث في نهاية الأمر يمكنهم من تحقيق الأهداف المرجوة (٦٠: ٦٣)

ويرى محمد صبحي (١٩٩٠) على أن تلك الخبرات التعليمية المتوقعة التي تتبع من المنهج وكل ما يتعلق بتنفيذه ويشمل الزمن والمدرس والتلميذ والطريقة والإمكانات والمحتوى والتنظيم وطرق التقويم. (٤٩: ٤٧)

ويذكر محمد الحماحمي، وأمين الخولي (١٩٩٠) أن برامج التربية الرياضية تسعى لتواكب التقدم العلمي الذي يتميز به العصر الحديث، ولذا تعتمد في بنائها على الأسس العلمية والتربوية والنفسية والاجتماعية الحديثة حتى تسهم في تحقيق احتياجات المجتمع والأفراد، مساندة في ذلك الفلسفة التربوية للمجتمع. (٤٦: ٣٧)

مكونات البرنامج التعليمي:

يذكر ماجد أبو جابر (١٩٩٨) أن البرنامج التعليمي المتكامل يشمل على أربعة مكونات أساسية وهي:

الأهداف:

وتشمل على الأهداف العامة والأهداف الخاصة ، والانجازات أو النتائج العلمية.

المحتوى:

ويتضمن المعلومات والبيانات والوسائل المراد تعليمها أو توصيلها إلى المتعلمين.

إجراءات التدريس:

وتحتوي على استراتيجيات التدريس وإجراءات التعلم والتدريبات أو الأسئلة التي تطرح أثناء عملية التدريس.

التقويم:

ويتضمن وضع الاختبارات وتقويم المتعلمين ومعرفة مدى تقدمهم ومدى تحقيقهم للأهداف المحددة. (٤١: ١٠٨)

- أسس بناء البرنامج التعليمي:-

هناك بعض الأسس العلمية التي تساهم في بناء البرنامج التعليمي يمكن الإشارة إليها في الآتي:

- ملائمة البرنامج للبيئة المستهدفة .
 - مراعاة خصائص البيئة و عددها .
 - أن تخدم الخبرات المطلوبة وتمييزها .
 - أن تتماشى مع الإمكانيات المادية والبشرية والوقت المتاح.
- (٢٩: ٨٧)

بينما يرى أبو النجا عز الدين (٢٠٠٣) أن بناء البرنامج التعليمية من الأعمال التي يهتم بها التربويون في مجال الأنشطة الرياضية الجماعية والفردية حيث أن البرامج التعليمية القائمة على التقنين هي الضمان لإحداث التقدم المطلوب. (٦: ١)

أهداف برامج التربية الرياضية:

يشير أسامه صلاح (١٩٩٨) أن الأهداف هي حجر الزاوية في العملية التعليمية وهي بمثابة التغيرات التي تتوقع أن يحدثها البرنامج في شخصية المتعلم وتعد الأهداف أول خطوة لأي برنامج تعليمي وعندما تتسم الأهداف بالموضوع والواقعية فإنه يسهل اختبار الأنشطة التي تؤثر في التعليم وتحقق الأهداف، ويجب أن تصاغ الأهداف في صورة أغراض تربوية سلوكية يمكن قياسها لأن هذه الأهداف تعبر بصورة عامة في التعليم الذي يتوقع أن يحققه المتعلم.

(٤٨:٦)

في حين ترى جيهان الجزار (٢٠٠٤) أن أهداف برنامج التربية الرياضية تتمثل في:

- تنمية اللياقة البدنية للطفل وصيانتها.
- تنمية المهارات البدنية النافعة في الحياة.
- تنمية الكفاءة العقلية والنفسية.
- النمو الاجتماعي.
- التمتع بالنشاط البدني والترويحي واستثمار أوقات الفراغ.
- ممارسة الحياة الصحية السليمة.
- تنمية صفات القيادة الصالحة والتبعية.

(٨:١٢)

أهمية البرامج التعليمية:-

يشير عبد الحميد شرف (١٩٩٩) إلى أن البرامج التعليمية المبنية على أسس علمية بفرض إكساب المتعلمين أو الناشئين مهارات حركية في نشاط رياضي ما تكمن في الآتي:-

- ١- مساعدة القائمين بالتعليم أو التدريب على تحقيق الأهداف المطلوبة.
- ٢- إكساب العملية الإدارية بأكملها النجاح.
- ٣- الاقتصاد في الوقت والجهد المبذول.
- ٤- تساهم في نجاح الخطط التعليمية والتدريبية.

(٣٨:٢٩)

التقسيم التربوي الحديث للبرامج التعليمية:-

تشير نورة عبد الله (٢٠٠٩) إلى أن البرامج التعليمية قسمت إلى قسمين أساسيين هما:

١- البرامج التعليمية "التدريبية":-

لا شك أن الهدف الأساسي من بناء هذا النوع من البرامج ليس فقط إيصال معلومة تطبيقية إلى المتعلم، وتنتهي كامل العملية التعليمية بإيصال هذه المعلومة إلى المتعلم، بل أن تلك البرامج تبنى بطريقة يمتد تأثيرها إلى المتعلم لترتقي به إلى مستوى معرفي ومهاري متقدم، لذا يعني أن هذا النوع من البرامج بمراحل التفكير والأداء ومستويات التعليم التي يمر بها المتعلم خلال المرور بمراحل البرامج التعليمية.

٢- البرامج التعليمية "التدريبية":-

تقوم هذه البرامج بتدريب المتعلم على استخدام محدد يتقن المتعلم فيه خطوات تدريبية قد لا تستدعي شيئا من التحليل أو التمثيل أو التقويم أو غيرها من تلك المستويات المعرفية المتقدمة، لذا يسعى القائمون ببناء تلك البرامج بطريقة مرنة تسمح للمدرب أو المؤسسة التعليمية بالتعديل أو الإضافة وإدراج ما يستند في المحتوى يقوم البرنامج بالتدريب عليه.

(٣:٦٧)

الوحدة التعليمية:-

التدريس الفعال للتربية البدنية للمدارس الثانوية:-

ما الذي يتم تدريسه في التربية البدنية؟

- ١- الفلسفة التدريسية.
- ٢- احتياجات الأفراد أو المجموعات.
 - الاحتياجات الفسيولوجية.
 - الاحتياجات النفسية.
 - الاحتياجات الاجتماعية.
- ٣- الاعتبارات في عملية اختيار الخبرات التعليمية.
 - المستوى الأولي لمهارات الأداء للطلاب.
 - الحالة الجسمانية للمشاركين.
 - حجم ومرحلة بلوغ الأفراد الذين يتعامل معهم البرنامج.
 - الاهتمامات العامة لكل طالب فيما يتعلق بالتربية البدنية.
 - يجب اخذ الجنس في الاعتبار.

يجب التركيز نسبيا على إعطاء كل من الأهداف العامة في كل مرحلة تعليمية:-

- حجم عمل المدرس.
- المساحات التدريسية.
- الوقت المسموح (المتاح).
- الأدوات المتاحة.
- الظروف الجغرافية والمناخية.

- ٤- المنظور.
- ٥- الترتيب والتنظيم.
- ٦- التقييم.
- ٧- الخطوط العامة لتطوير الوحدة.

هناك عدد من العناصر الأساسية المشتركة لكل الوحدات الناجحة وهذا يعطى إمكانية لإقرار الخطوط الرئيسية التي يمكن أن تساعد المدرس في تطوير الوحدة لعدد من الأهداف المحلة، وهناك بعض النقاط المهمة التي يجب أخذها في الاعتبار في تخطيط الوحدة هي:

- ١- احتياجات الطلاب يجب أن تكون دائما نقطة الاعتبار الأساسية ويجب أن يتم تشجيعهم على المشاركة في تطوير الوحدة.
- ٢- المحصلة النهائية المرغوبة الأهداف يجب أن يتم إنشائها ويجب أن تتشارك كل الأنشطة والإمكانيات لتحقيق هذه الأهداف.
- ٣- المحتوى يجب أن يكون معاصرا وواقعا ومناسبا.
- ٤- المحتوى يجب أن يشمل مجالا واسعا من الإمكانيات والأنشطة والموارد التي تلبى الاحتياجات الشخصية والاهتمام والمقدرات.
- ٥- الإمكانيات يجب أن تكون منتشرة ومفصلة بشكل كافي يسمح بسهولة استخدام الوحدة.
- ٦- المحتوى يجب أن يحفز الطلاب لاستمرار رغبتهم ومجهودهم في الموضوع بعد فترة الفصل.
- ٧- التقييم يجب أن يشمل تنوعا في التقنيات ويشمل الطلاب والمدرس وأولياء الأمور والتركيز يجب أن يكون على نمو الطالب في ظل معرفة صحية وعادات صحية.

خطوات في تطوير الوحدة:-

على الرغم من كون العناصر المشروحة عاليه تعطي رؤية عامة لما يجب أن تحتويه الوحدة فانه تبقى الحاجة للمساعدة في الخطوات اللازمة لتصميم الوحدة يمكن اقتراح الخطوات التالية:

- ١- تحديد الاحتياجات.
- ٢- تكوين أهداف محددة.
- ٣- اختيار المكونات.
 - المواضيع.
 - الأفكار الرئيسية.
 - المكونات الخاصة.
- ٤- ترتيب المحتوى.
- ٥- اختيار وترتيب التجارب التعليمية.
 - المقدمة، الافتتاحية، تطوير المعرفة.
 - التحليل، تطبيق الدراسة.
 - الملخص، الذروة.
 - إيقاع الأنشطة التعليمية.
- ٦- التقييم.
- ٧- التأكد من التوازن والترتيب.

وحدة كرة القدم الخماسية:-

الأهداف:

- ١- تعليم العمل الجماعي.
- ٢- تطوير المهارات الأساسية لكرة القدم الخماسية.
- ٣- تدريس نوع مكثف من اللعبة.
- ٤- تطوير الرغبة في المواصله.
- ٥- تعليم القيم الفسيولوجية لكرة القدم الخماسية.
- ٦- تعليم قواعد الكرة القدم الخماسية.
- ٧- تعليم تاريخ الكرة القدم الخماسية.

المهارات الأساسية:-

- ١- التمرير.
- ٢- التصويب.
- ٣- المراوغة.
- ٤- الجري بالكرة (الدرجة).
- ٥- السيطرة على الكرة.
- ٦- ركلة التماس.

الأدوات اللازمة:-

- ١- ملعب خماسي ذا مواصفات قانونية.
- ٢- مرمى خماسي ذا مواصفات قانونية.
- ٣- كرات قدم خماسية.
- ٤- أقماع.
- ٥- طباشير.
- ٦- منفاخ.
- ٧- صافرة.

القيم:-

- ١- توفير فرصة للتخلص من الضغط العصبي.
- ٢- توفير لعبة ترفيهية ممتازة للتواصل المباشر
- ٣- تطوير العضلات الموضعية.
- ٤- تطوير المهارة.
- ٥- تطوير السرعة.
- ٦- تطوير المقدرة على التحمل.
- ٧- تطوير العمل الجماعي.

الإجراءات التدريسية:-

التوجيه:

- ١- إعلام الفصل بتاريخ وأهمية اللعبة.
- ٢- تفسير لماذا يجب تعلم المهارات قبل ممارسة اللعبة.
- ٣- استخدام وسائل الإيضاح وجعل الطلاب يقرؤون عن لعبة الكرة القدم الخماسية.
- ٤- السماح للطلاب بالمشاركة باللعبة لفترة قصيرة لإظهار الحاجة للمهارات.
- ٥- تحفيز النقاشات بين الطلبة والمدرس.

الشرح:

- ١- يجب تمثيل المهارات بحرص وطريقة صحيحة بواسطة المدرس والطلاب.
- ٢- المهارات يجب أن تحلل وتناقش.
- ٣- يقرر المدرس ما إذا كان سيتم استخدام الطريقة بشكل كلى أو جزئي.

ترتيبات التدريب:-

يوجد عدة تشكيلات يمكن استخدامها لتنظيم التدريب:-

قائمة المهام:-

- ١- يجب أن يسمح لكل طالب بتجريب المهارات.
- ٢- يجب أن يجرب الطلبة المهارات في مجموعات لتجنب إهدار الوقت والتسرب أثناء التعلم.
- ٣- يجب على المدرس التجول بين المجموعات وتقييم الأداء.

مجموعات العمل:-

- ١- يجب تجميع الطلاب في عدة مجموعات اعتمادا على القدرات طبقا لما تسمح به المساحة والتجهيزات والسلامة.
- ٢- يمارس الطلاب المهارة ويتقدمون من الأقل أجاده إلى الأكثر احترافية أو من إحدى مكونات النشاط إلى مكون آخر أكثر تقدما.
- ٣- الطلاب الذين يتمكنون من أداء المهارات بشكل جيد يمكنهم أن يساعدوا الآخرين أو أن يقوموا بدور تفتيشي على الأنشطة الخطرة مثل الحركات البهلوانية .

مختبر المهارات:-

- ١- المهارات التي تم تعلمها في المرحلة التلقينية يجب أن تمار في إطار تنافسي.
- ٢- يجب أن يتصل النشاط إلى ذرى شدته في هذه المرحلة.
- ٣- السباقات التنافسية والمشاركة الجماعية يجب أن تتشكل في هذه المرحلة.

التقييم:-

- ١- اختبارات معرفة لكل المهارات.
- ٢- اختبارات موضوعية لكل المهارات.
- ٣- تقييم السلوك والأداء.

وحدة التربية البدنية:-

من المهم للغاية للمدرسين أن يقوموا بتطوير وحدات موارد التربية البدنية، الغياب العام لتخطيط الوحدة في التربية البدنية هو أحد الأسباب التي تجعل البرنامج لا يحصل على المكانة التي يستحقه.

مخطط الدروس اليومية:-

الوحدة هي مجموعة من المواد والأنشطة والموارد وتغطي فترة من الوقت ضمن البرنامج المدرس، من الواضح أنه يجب تقسيمه إلى وحدات أصغر من الأنشطة اليومية الاختبار الحقيقي للتدريس الفعال هو الطريقة التي يقوم بها المدرس بتقديم المعرفة من الوحدة إلى النظام اليومي. (٧٥: ٧٠-٧٢)

فاعلية الأداء المهاري:-

نعددت آراء المختصين والباحثين في المجال الرياضي لتحديد مفهوم الفاعلية، فالبعض لا يفرق بين الفاعلية Effectiveness والكفاءة Efficiency والبعض الآخر يرى أن هناك اختلاف بينهما.

يذكر صفي الدين محمود (٢٠٠٠) نقلاً عن براهام Barham أنه في هذا الصدد يشار لوجود فرق بين الفاعلية والكفاءة، ففاعلية تقيم بمدى تحقيق انجاز الهدف بينما الكفاءة تقيم بنسبة العمل الميكانيكي المنجز إلى الطاقة الكلية المستهلكة. أن الكفاءة والفاعلية يستمران إلى المحصلة أو منتج الأداء ويتفق كل من ويلز وتيجنيز وبروز مع تعريف برهام للكفاءة بأنه العلاقة بين العمل المبذول (المنتج) والطاقة أو القوة المستهلكة.

ويؤكد صفي الدين محمود (٢٠٠٠) أنه من الأهمية إبراز الفرق بين النجاح والفاعلية، فالفرق الناجح هو الذي يعمل على تحقيق المستويات المطلوبة منه في المباراة، أما الفرق الفعال فهو الذي يعمل على تحقيق أفضل المستويات، وعلى ذلك فالهجوم يمكن أن يكون ناجحاً وبالرغم من ذلك غير فعال. (٢٤: ١٧)

كما يؤكد جمال علاء الدين (١٩٩٠) أن زمن الأداء يسهم في تقييم فاعلية الأداء باعتباره أحد البواعث المؤدية إلى ربط مختلف العناصر الحركية المستقلة في النظام الكلي للأداء، كما يؤكد على أن بفاعلية الأداء المهاري أو فاعلية التكنيك الرياضي لهذا الرياضي أو ذلك أنها درجة قرب وتماثل هذا الأداء المهاري مع أكثر أنماط التكنيك منطقيه وعقلانية عمليه (مثالية) ويشير أن هناك ثلاثة مؤشرات لفاعلية الأداء المهاري هي:

الفاعلية المنطقية: (المطلقة):

فالفاعلية المطلقة للأداء المهاري توصف بدرجة قرب وتماثل الأداء مع أكثر أنماط التكنيك مثاليه على أساس الاعتبارات الفسيولوجية والبيوميكانيكية والسيكولوجية والجمالية ويتم من خلال مقارنته بأحد النماذج المعيارية (التكنيك المثالي).

الفاعلية المقارنة:

تعتبر الفاعلية المقارنة من المؤشرات الوصفية لفاعلية الأداء المهاري حيث يؤخذ التكنيك الرياضي للاعب المستويات العالية كنموذج معياري للأداء المهاري المتميز بالمنطقة والعقلانية العلمية.

فاعلية الإنجاز أو التحقيق:

وتتم من خلال مقارنة نتيجة الحركة المنجزة بأحد المدخلين التاليين:

- المدخل الأول : والذي يهدف على مدى إتقان الرياضي استخدام قدرته في تحقيق الأداء المهاري الذي يتسم بدرجة صعوبة عالية .

- المدخل الثاني: ويهدف إلى تحديد الدلالة الوظيفية للأداء المهاري. (١٠: ٢٠ - ٢١)

وتعرف الفاعلية هي القدرة على تحقيق الأهداف المخططة أي أنها نسبة ما يتم من تحقيق من المستهدف الكلي. (٨٦)

ويعرف جمال السعيد (١٩٩٧) الفاعلية هي مدى الأثر الذي يمكن أن تحدثه المعالجة التجريبية باعتبارها متغير مستقلاً في أحد المتغيرات التابعة (١٧:٩)

ويذكر صفى الدين محمود (٢٠٠٠)، عن سيد الهواري أن الفاعلية هي تحقيق أفضل النتائج بأكثر النتائج بأكثر العناصر ملائمة. (١٧:٢٤)

ويشير خالد عزت (١٩٩٢)، إلى أن الفاعلية هي المحصلة النهائية لكثير من العوامل أو الجهود التي لابد من تناسقها وتضافرها حتى يستطيع العمل أن يحقق مستوى عالي من الأداء. (١٨:٨)

التصويب في كرة القدم:-

يذكر عماد زبير (٢٠٠٥) التصويب في كرة القدم الخماسية يعتبر الجزء المهم والأكثر إثارة في اللعبة وان الهدف النهائي لكل فريق يكون في خلق فرصة أو فرص لتسجيل الأهداف، وفي كرة القدم الخماسية تكون فرص التصويب كثيرة لكون مساحة الملعب صغيرة ولعب الكرة ضمن إطار اللعبة يتسم بالسرعة والحركة وان وقت الوصول إلى المرمى الخصم يتسم بسرعة خاطفة إلا إن ضياع فرص التصويب لا ترتبط باللاعبين أنفسهم بل يشارك المدربون في ذلك من دون عمد والاعتبارات غير المقصودة وذلك عن طريق:-

- ١- **تقليل التصويب وعدم إعطاء الأهمية :** بما إن مرمى كرة القدم الخماسية بأبعاد (٢×٣) متر وهو صغير الحجم نسبياً ولقد حدد ذلك قانون الكرة الخماسية وهو مرمى كرة اليد فأن من الصعوبة جداً تسجيل هدف من مسافات بعيدة وحتى مسافات متوسطة أو من منتصف الملعب وكنيجة لذلك يقع معظم المدربين في خطأ قاتل وهو إهمال أو تقليل تمارين التصويب .
- ٢- **تثمين اللعب غير الأناني:** على المدرب أن يثمن ويستحسن اللعب غير الأناني فاللاعبون الذين يناولون الكرة وهم في وضعية التصويب إنما يقومون بمناولة المسؤولية وليس الكرة فمادام الموضوع تسجيل الأهداف فأن اللاعب الأناني لا يريح المباراة.
- ٣- **بواسطة إيجاد تمارين تصويب غير واقعية:** عند التدريب بطريقة ٣×٣ أو ٤×٤ أو ٥×٥ فلا بد من استخدام حجم الأهداف الواقعية نفسها واستغلال الأهداف المتحركة وتكون بنفس القياسات المحددة في اللعب الحقيقي وأن من الأخطاء الشائعة في التدريب هو استخدام أهداف صغيرة.
- ٤- **بواسطة الفشل في تحسين الأداء الفني الضعيف:** لا شك إن التدريب غير المبرمج وغير منظم له نتائج سلبية في تحسين الأداء الفني وهناك حقيقة واضحة تقول أن اغلب ضياع فرص التصويب ناتج عن التكنيك السيئ للتصويب والناتجة عن التدريب الخاطئ في تحسين الأداء. (٨٧ : ٨٨)

بينما يرى مفتي إبراهيم (١٩٩٤) أن من أسباب فشل التصويب على المرمى هو بالرغم من أن المدربين يولون التدريب على التصويب قدراً مناسباً من الأهمية غالباً في معظم برامجهم التدريبية إلا أنه ما زالت هناك نسبة عالية من التصويب تطيش بعيداً عن المرمى ذاته ويرجع السبب في ذلك إلى ما يلي:

- ١- عدم الاهتمام بتمرينات التصويب التي تشبه ما يحدث في المباراة.
 - ٢- تغاضي المدرب أو إخفاقه في تصحيح النواحي الفنية في التصويب.
 - ٣- إعطاء التصويب مرتبة ثانوية في الاعتبار.
 - ٤- الإطراء على اللعب الأناني.
 - ٥- استخدام مرمى غير حقيقي.
 - ٦- الفشل في تحسين الأداء الفني السيئ.
 - ٧- الفشل في تشجيع الميل في الاتجاه الصحيح نحو التصويب
- (٥٦ : ١٢١)

شروط التصويب:-

يرى طه إسماعيل , إبراهيم شعلان , عمر أبو المجد (٢٠٠٥) أن هناك ثلاث شروط تتوقف عليها نجاح عملية التصويب وهي:-

١- مركز اللاعب عند التصويب :

نظراً لاحتواء اللعبة على المواقف اللانهائية التي تحدث أثناء المباراة فإن تحديد مركز التصويب على المرمى يصبح أمراً من الصعب تحديده لكن الأمر يتوقف على المسافة المناسبة التي يكون التصويب من خلالها مؤثر على حارس المرمى وكذلك الزاوية المناسبة التي يصعب فيها على الحارس الدفاع على المرمى كله وأيضاً قلة ضغط الدفاعي والوقوف الخاطئ لحارس المرمى.

٢- توقيت التصويب :

يتم اختيار اللحظة المناسبة للتصويب وفق معايير يمكن إيجازها فيما يلي:

- عدم وجود مانع بين اللاعب والرمى.
- عندما يكون هناك مدافع يحجب الرؤية على حارس المرمى أو عندما لا يتوقع حارس المرمى التصويب.
- لحظة تحرك حارس المرمى أماماً أو خافاً حيث لا يحافظ على توازن جسمه بشكل جيد.
- إذا تسرع حارس المرمى في تأدية حركة دفاعية رداً على حركة تصويب خادعة.
- إذا تمكن اللاعب من الوصول للكرة وتصويبها بالقدم القريبة دون أن يتمكن الخصم من المضايقة.

ويجب التأكد على أن توقيت التصويب إنما يتحدد وفق وعي اللاعب وذكائه الخططي من خلال إعداداته الذهنية والنظري من خلال إخضاع اللاعب لتدريبات مشابهة لما يحدث في المباراة مما يزيد من قدرة اللاعب على تحليل مواقف اللعب المختلفة التي تصادفه.

٣- منطقة التصويب على المرمى:

بالرغم من أنه لا يمكن تحديد أماكن معينة يتعين على اللاعب التصويب منها إلا أنه يمكن تحديد المنطقة المحصورة بين الخططين الوهميين الممتدين من القائمين وحتى خارج منطقة الجزاء بقليل. (٢٦: ١١٥-١١٨)

أسباب عدم استغلال فرص التصويب:

يذكر مفتي إبراهيم (١٩٩٤) أنه اشترك في إجراء أحد البحوث في إنجلترا يتضمن إحصاء عدد المرات التي يكون فيها اللاعبون في وضع يسمح لهم بالتصويب على المرمى خلال المباراة ولكنهم لا يغتنمون الفرصة لتنفيذ ذلك . وكان من النتائج أن نسبة عدم استغلال الفرص المتاحة للتصويب كانت كبيرة عندما قورنت بنسبة فرص التصويب المستغلة فعلاً. وقد أمكن إرجاع هذه النتيجة إلى سببين رئيسيين هما:

١- تشجيع التمرير على حساب التصويب:

فكثير من المدربين يشجعون اللاعب على التمرير الكرة إلى زميل في حين يكون هذا اللاعب في موقف يسمح له بالتصويب على المرمى. ويبرر هؤلاء المدربون ذلك بتعليم اللاعبين الابتعاد عن الأناية، ولكن هؤلاء المدربين لا يعلمون أنهم يدفعون اللاعبين إلى عدم تحمل مسؤولية التصويب وهم بذلك يهدرون فرصاً يمكن أن يحققوا منها أهدافاً عديدة.

٢- التفاضل عن توجيه اللاعب الذي يحجم عن التصويب وهو في موقف يمكن أن يصوب منه:

يتفاضل بعض المدربين عن توجيه اللاعبين الذين لا يصوبون إلى المرمى وهم في أوضاع تسمح لهم بذلك يفتقون فرصة توجيه اللاعبين ضرورة التصويب إلى المرمى وتذكيرهم بأنه كلما زادت نسبة التصويب على المرمى زادت احتمالات تسجيل الأهداف، فتكرار التوجيه في المواقف المناسبة من شأنه غرس هذا الاتجاه لديهم.

كما يؤكد مفتي إبراهيم (١٩٩٤) أن هناك نقاط واجب مراعاتها عند توجيه اللاعبين أثناء التدريب على التصويب:

- ١- تعويد اللاعبين على انتهاز الفرص التي تسنح لهم للتصويب على المرمى في المنطقة الخطرة إذ أن المهاجم الذي يلعب للأمان داخل منطقة الجزاء أو على حدودها لا يكون فعالاً بقدر كاف.

- ٢- يجب أن يكون التصويب على المرمى هو الاختيار الأول داخل منطقة التصويب المؤثر (المنطقة الخطرة) ويكون التمرير أو أي مهارة أخرى هو الاختيار الثاني.
- ٣- تشجيع اللاعبين على التصويب على المرمى بأسلوب غير مألوف داخل منطقة التصويب المؤثر إذا ما تطلب الأمر ذلك.
- ٤- أن الفشل في إصابة الهدف عند التصويب يجب ألا يقلل من أهمية التصويب على المرمى، فلكي تحرز الأهداف يجب توقع ضياع عدة فرص.
- ٥- توجه اللاعب إلى النصيحة القائلة بأن الفشل في إصابة المرمى بعد محاولة جيدة أفضل من فقد فرصة التصويب.
- ٦- توجيه اللاعب لكي يتوقع الاحتكاك البدني مع المنافسين أثناء التصويب إلى المرمى وألا يخاف ذلك ، ويجب على المدرب أن يشجع اللاعبين عند اللزوم وأن ينظم بعض التمرينات التي تشبه مواقف المباريات حتى يعتادوا عليها، فكثيراً ما شاهدنا لاعبين يصوبون أثناء التدريب بشكل نموذجي وهم أحرار دون ما ضغط من المدافعين، في حين نجد أنهم لا يجزؤون حتى على التصويب في المباريات، وإذا ما حدث وصوبوا فإن التصويب لا يحقق الهدف منه غالباً.

العوامل الرئيسية المؤثرة في نجاح التصويب:

يرى مفتي إبراهيم (١٩٩٤) أن إخفاق اللاعب في أداء الطريقة الصحيحة للتصويب ليس هو السبب الوحيد دائماً في عدم تحقيق التصويب لهدفه لكن هناك عدة عناصر أخرى تحدد مدى نجاح التصويب أو فشله ومن هذه العناصر:-

- ١- دقة وقوة التصويب.
- ٢- ارتفاع مسار الكرة وهي مصوبة إلى المرمى.
- ٣- الزاوية التي تصوب إليها الكرة.
- ٤- توقيت التصويب (٥٦: ٩٤-٩٦-٩٧-٩٩)

بينما يرى حسن أبو عبده (٢٠٠٦) أن هناك عدة اعتبارات يجب على المهاجم أن يراعيها عندما يشرع في التصويب على مرمى الخصم:-

- ١- عندما يكون المرمى مفتوحاً أو خالياً من حارس المرمى.
- ٢- في اللحظة التي لا يتوقع فيها حارس المرمى أن يقوم المهاجم بالتصويب.
- ٣- قبل أن يشتت المدافع الكرة من أمام المهاجم أو الضغط عليه.
- ٤- عند وجود مدافع أو أكثر يحجب زاوية الرؤية عن حارس المرمى.
- ٥- أن يكون التصويب في الزاوية البعيدة المفتوحة وليس في الزاوية الضيقة.
- ٦- أن يكون التصويب من مسافة معقولة وليس من مسافة بعيدة.
- ٧- أن يتم التصويب في زوايا المرمى الأرضية وإذا كان حارس المرمى قصيراً فيفضل أن يتم التصويب في الزوايا العليا للمرمى.
- ٨- أن يتم التصويب في اتجاه عكس الجهة التي يتحرك إليها حارس المرمى.
- ٩- اختيار التكتيك المناسب للتصويب سواء من الثبات أو من الحركة وبأي جزء من القدم وبأي نوع من الركلات.
- ١٠- اختبار القوة والسرعة المناسبة للتصويب.
- ١١- اختبار القم المصوبة للكرة إما اليمنى أو اليسرى حسب مكان الكرة وزاوية الاقتراب.
- ١٢- أن يقوم اللاعب المهاجم بعملية خداع أو تمويه ومباغتته عند التصويب.
- ١٣- عدم المبالغة بتوسيع مجال الحركة عند التصويب.
- ١٤- عند اختيار سرعة وقوة التصويب ودقتها.

(١٣: ١٨٣)

كرة القدم الخماسية :-

خماسي كرة القدم أصلاً وغاية:

يذكر جواد كاظم (٢٠٠٥)، أن خماسي كرة القدم، أو كرة القدم للصالات المغلقة. مورست هذه اللعبة في البداية لدى بلدان القارة الأوربية عند تعرضها لأجواء مناخية يتعذر بسبب الثلوج من ممارسة لعب كرة القدم الاعتيادية. لغرض تفعيل وأدامة الأداء الحركي واللياقة البدنية والذهنية لدى لاعبي تلك البلدان وتواصل الجماهير مع فنون الكرة تقام مباريات بكرة القدم بديلة وفي القاعات المغلقة أو الصالات الداخلية إلا أن أصلها يرجع إلى مفردات

الوحدة التدريبية لكرة القدم الاعتيادية التي نسميها التدريب داخل المربعات كان (٣ ضد ٣) أو (٤ ضد ٤). وذلك لتنمية السرعة ومطاوالتها والأداء المهاري بالكرة أو بدونها في آن واحد، وعندما شهدت كرة القدم الاعتيادية تطوراً شاملاً بقي عامل الإثارة بتسجيل الأهداف ينحسر تدريجياً والذي يعد مطلباً رئيسياً لدى الجمهور . وذلك بات يشكل معضلة أمام المهاجمين وأن مهاجم تجاه زملائهم المدافعين ليست بدرجة واحدة من السهولة فالمدافع بسهولة يتمكن من أبعاد الكرة عن مرماه وإطلاقها ضمن حيز واسع تقدر مساحته (٨ - ١٠ آلاف م^٢) إلا أن هذه المساحة تقل تدريجياً علماً إذ اقتربت الفعاليات الكروية إلى فوهة مرمى الخصم ، فإدخالها أصعب من أبعادها ويحتاج إلى ابتكار طرق للعب المنظم والتقليل من اللعب العشوائي للوصول إلى درجة عالية من التجانس المهاري والخططي. ولضمان هذه المتطلبات أوجد خبراء الكرة مساحة للعب كرة القدم مقارنة لمساحة منطقة الجزاء في الساحات الاعتيادية وبين عدد من اللاعبين مقارب لعدد المدافعين والحارس وهم (٥) لاعبين ضد (٥) لاعبين من ضمنهم الحارس. وهي أفضل الوسائل لتطوير اللعب الهجومي فإن ساحة خماسي كرة القدم هي قريبة إلى منطقة الجزاء في الساحات الاعتيادية هذه المفردة التدريبية تحولت إلى لعبة مستقلة بقانونها ولجانها الدولية وأساليبها لتصبح في بادئ الأمر لعبة كرة القدم للصالات المغلقة واعتمدت كمبادئ أساسية لتطوير لعبة كرة القدم الاعتيادية ، إذن هي من وإلى كرة القدم الاعتيادية ولحاجة الأندية لممارستها بعد أن اعتمدت دولياً ولتوفير الإمكانيات سمح بمزاولة خارج القاعات وبمساحة محدودة ضمن قواعدها فتم تغيير تسميتها إلى خماسي كرة القدم.

(١١: ٥٤)

تاريخ نشوء لعبة خماسي كرة القدم:-

يشير عماد زبير وا شامل كامل (٢٠٠٥) قد انطلقت فكرة لعبة كرة القدم الخماسي من الأرجواي مدينة (مونتفيدو) عام ١٩٣٠ عندما صمم (خوان كارلس سيريانى) شكلاً مكوناً من خمسة لاعبين لكل فريق من كرة القدم لمنافسات الشباب على أن تلعب على ملاعب بحجم ملاعب كرة السلة، داخلية وخارجية دون استخدام الجدران الجانبية، وهناك رأي آخر ينسب تاريخ نشوء اللعبة إلى البرازيل عندما تم تنظيم أول بطولة في البرازيل عام ١٩٥٥ وفي الوقت نفسه نظمت الأرجواي بطولة لها في خماسي كرة القدم اكتسبت اللعبة شعبية كبيرة في دول أمريكا الجنوبية خاصة في البرازيل التي تعد تعتبر مركز الاستقطاب الرئيسية لهذه اللعبة. ولعبة الخماسي تلعب في البرازيل في الشوارع والمناطق الشعبية حيث لا تحتاج اللعبة حتى إلى أعمدة لأنها توفر المتعة والإثارة كرة القدم الخماسي بدأت تنتشر في دان العالم بسرعة جداً في المدن والقرى والمدارس وبين الأطفال والشباب والنساء واللعبة حالياً تمارس تحت رعاية الـ (FIFA) وبدأت تنتشر في كافة القارات وفي آسيا وخاصة إيران واليابان وكوريا الجنوبية والعراق وتايلند ، وفي اليابان انتشرت اللعبة بصورة كبيرة ولقد أسس لاعب البرازيل (زيكو) مدرسة خاصة للعبة الخماسي تعرف باسم (مدارس زيكو) لتطوير كرة القدم.

وكرة القدم الخماسي تعد مضماراً تعليمياً ممتازاً لتحسين التقنية والسرعة والرشاقة وتوفير تدريباً ممتازاً للاعبين الذين س يرغبون مستقبلاً إلى كرة القدم الاعتيادية. ويحاول الاتحاد الدولي لكرة القدم (FIFA) بنشر اللعبة بين أوساط الشباب والنساء إذ يخطط الاتحاد الدولي لإقامة بطولات عالمية رسمية لهذه الفئات مستقبلاً. (٣٧: ٩-١١)

لاعب خماسي كرة القدم:

لكي نحصل على لاعب يلعب المباراة بشكل جيد ويحقق نتائج إيجابية يجب تعليمه وتدريبه الأمور الواجب مراعاتها وتطبيقها أثناء المباراة وهذه مسؤولية المدرب، هناك نقاط ذهبية يجب أن يعرفها لاعب خماسي كرة القدم وهي:

- ١- يجب أن لا يبقى اللاعب واقفاً ابدأ، وإن يكون في حالة حركة مستمرة على طول الساحة الملعب وزمن المباراة .
- ٢- من المهم معرفة كيفية اللعب عندما لا تكون الكرة بحيازة اللاعب، وبصورة خاصة إذا كانت لدى زميل في نفس الفريق (إعطاء الدعم والإسناد) ومحاصرة اللاعبين الآخرين وإشغال الأماكن الفراغ.
- ٣- يجب على اللاعب أن يسعى جاهداً لعدم خسارة الكرة ابدأ.
- ٤- يجب على اللاعبين الدفاع من وراء خطوط أفقية وهمية تحدد الكرة عندما يهاجم الفريق المنافس.
- ٥- يجب أن لا يتوقف اللاعب للنظر على الكرة.
- ٦- على اللاعب أن يكون كريماً مع زملائه، من المفضل إعطاء الكرة للاعب زميل عن التهديف الكرة بصورة خاطئة.

(٨٥)

أساسيات كرة القدم الخماسية للصالات المغلقة:

يذكر عماد زبير، شامل كامل (٢٠٠٥) أن الأولوية في هذه اللعبة هي تحضير اللاعبين ليصلوا إلى الحالة التي تسمح لهم بالتعلم. وكلما زادت متعة اللاعبين في مشاركتهم زادت بينهم الرغبة في المشاركة والتدريب بمفردهم وأن البدء باللاعبين الأشبال الذين لديهم غريزة طبيعية للتعليم، وكرة القدم الخماسي هي التي تزرع فيهم الثقة والحب والتقدير لكرة القدم والصالات المغلقة هي أساس لمثل هذه الأهداف لأنها:

- ١- تعطي العديد من الفرص لتسجيل الأهداف.
- ٢- تشجع على استرجاع الكرة كجزء منتج ومسل ومكافئ من اللعبة.
- ٣- تزيد المشاركة الفعلية وتقلل الملل والخمول.
- ٤- تعطي بيئة لعب جيدة التنظيم بحقول مبكرة.
- ٥- تلغي القواعد المعقدة (التسلل) الذي قد يعيق الشباب من اللعب وتعكس أثر المدرب، إذ تجعل من السهل جذب المزيد من المدربين المتطوعين وتسمح للعبة أن تكون هي المعلم.

ما الذي تطوره كرة القدم الخماسية المغلقة:

يشير عماد زبير، شامل كامل (٢٠٠٥) المهارة والتي هي واقعية والقابلية الحركية والتوازن والرشاقة والتناسق لإدراك، البصيرة واليقظة والرؤيا وحل المشاكل والخيارات والقرارات واللياقة البدنية والمتطلبات النفسية الاستمتاع والتسلية والمنافسة والتعلم بالاستكشاف والتجربة والخطأ واللعب وتؤكد هذه اللعبة: الرؤيا - تغيرات في اتجاه وسرعة اللعب -

الاستخدام الأمثل للمساحة القوية - المناولة القصيرة والطويلة الثقة ضرورية جدا لتسجيل الأهداف ومهارات التمرير والتهدف والمراوغة الضرورية في لعب ٤ × ٤ الإدراك النقلي بما إن الفريق يستطيع الهجوم بسرعة بالاتجاه المعاكس والأولوية في هذه اللعبة التهدف وتسجيل الأهداف وبما أن الملعب صغير، لابد من أن يفكر اللاعب بالتهدف كلما كان قريبا من المرمى.

ومن أهم ما تميزت به لعبة الخماسي هي:-

- ١- امتلاك مستوى عال من القوة والإرادة.
- ٢- القيام بالمهارات (التكنيكية) في الظروف الصعبة لان مناطق اللعب ضيقة وصغيرة.
- ٣- قدرة أداء المباراة في التشكيلات (التكتيكية) التي تتطلب لعبة الخماسي في التقدم والتراجع بالسرعة الفائقة.
- ٤- الاعتناء بالصحة الجيدة وامتلاك مستوى وظيفي وبدني متطور.
- ٥- امتلاك مستوى عال من الصفات البدنية (القوة، السرعة، المطولة، المرونة، الرشاقة).
- ٦- استخدام المعرفة النظرية بهدف تعزيز (التكنيك).
- ٧- اللعب الرجولي.

(٣٧: ٧٩)

جدول (١)
مقارنة بعض الفروق بين كرة القدم الخماسية المغلقة وكرة القدم للملاعب الخارجية

م	كرة القدم الخماسية	م	كرة القدم للملاعب الخارجية
١	حجم الكرة (٤) ذات مواصفات خاصة	١	الكرة بحجم (٥) بمواصفات خاصة
٢	عدد اللاعبين (٥) داخل ميدان اللعب	٢	عدد اللاعبين (١١)
٣	تغيرات اللاعبين مفتوحة وغير محددة	٣	تغيرات اللاعبين (٣) فقط
٤	تستأنف بركلة إلى الداخل من الخط الجانبي	٤	تستأنف الكرة من جانبي الملعب برمية تماس
٥	حكم أولي وحكم ثاني ومسجل ومؤقت	٥	حكم وسط ومساعدين
٦	ساعة توقيت تتوقف عندما تكون الكرة خارج اللعب	٦	ساعة مستمرة يشغلها الحكم ويحتسب وقت بدل ضائع
٧	كل شوط (٢٠) دقيقة	٧	كل شوط (٤٥) دقيقة
٨	يستأنف لعب الكرة من خط الهدف برمية مرمى	٨	يستأنف لعب الكرة من خط الهدف بركلة مرمى
٩	لا يوجد تسلل في اللعبة	٩	قاعدة التسلل
١٠	قاعدة الـ (٤) ثواني عند تأخر اللعب	١٠	حارس المرمى لا يحق له أكثر من (٦) ثواني
١١	الأخطاء محددة ب (٥) أخطاء وبعده يتم احتساب ركلة جزاء من (١٠) متر	١١	الأخطاء غير محددة
١٢	يمكن تبديل اللاعب المطرود بعد مرور (٢) دقيقة أو بعد إن يسجل الفريق المنافس ويكمل الفريق العدد	١٢	لا يتم تبديل اللاعب المطرود (لا يكمل الفريق العدد)
١٣	موادها (١٨) مادة	١٣	موادها (١٧) مادة
١٤	طول الملعب (٤٠) متر وعرضه (٢٠) متر والهدف (٣×٢) متر	١٤	طول الملعب (١٢٠) متر وعرضه (٦٠) متر والهدف (٧.٣٢) متر × (٢.٤٤) متر
١٥	ركلة الجزاء من (٦) متر ويجد نوعين	١٥	ركلة الجزاء من (١١) متر
١٦	الأشواط الإضافية (٥) د	١٦	الأشواط الإضافية (١٥) د
١٧	إنشاء تنفيذ ركلات الجزاء يقوم كل اللاعبين المسجلين بالتنفيذ	١٧	اللاعبون الأساسيين فقط

يتضح من الجدول رقم (١) أهم الفروق بين كرة القدم الخماسية المغلقة وكرة القدم للملاعب الخارجية.

خصائص المرحلة السنوية من (١٢ - ١٥) سنة:

تشير **عنايات محمد فرج (١٩٩٨)** إلى أن هذه المراحل تتميز بالعديد من التغيرات الجسمية والفسولوجيا والنفسية التي تؤثر بصورة بالغة على حياة الفرد في المراحل التالية من عمره، حيث أنها تعد فترة من فترات مرحلة المراهقة فهذه المرحلة تبدأ بظهور تغيرات جسمية معينة ويبدأ النضج الفسولوجي والنمو العقلي والانفعالي والاجتماعي والمهاري.

النمو الجسدي:

وفيما يتعلق بخصائص النمو الجسدي تذكر **كاثرين توماس وآخرون D. Katherine T. Thames (٢٠٠٣)** أن هذه الخصائص تتلخص في الآتي:-

- يزيد نمو الجسم بسرعة في بداية البلوغ.

- زيادة نمو الجسم والرجلين في الطول.
- ويزيد الجسم كذلك في الطول لزيادة نمو الجذع ولكن بنسبة أقل من الرجلين.

(٣٧: ٧٦)

وبين أحمد أمين (١٩٩٢) أن العظام تنمو في هذه المرحلة قبل العضلات، ويزداد نمو القلب ولكن ليس بنسبة متعادلة مع نمو الشرايين وحجم الجسم، وينتج عن عدم التناسق هذا في نمو أجهزة الجسم ظهور بعض علامات التراخي في النشاط الحركي وضعف التوافق العضلي العصبي وعدم القدرة على التحكم والسيطرة على الحركات، لذا يطلق على هذه المرحلة من النمو (مرحلة الخمول والارتباك الحركي).

(٢: ٢٨)

وتشير عنايات فرج (١٩٩٨) إلى أن النمو الجسمي يحدث قبل مرحلة البلوغ الجنسي وعند البنين يكون في حوالي السنة الثانية عشرة أو الثالثة عشر أي في وسط مرحلة البلوغ أو بعدها بقليل ثم يستمر هذا النمو السريع فترة ثلاث أو أربع سنوات.

(٣٩: ٧٠)

وتضيف ناهد سعد ، نيللي فهم (١٩٩٨) أن هذه الفترة تعتبر فترة نمو جسمي سريع مع عدم التماثل في هذا النمو لان معدل نمو الجسم يزيد عن معدل نمو القلب واختلاف مدى النمو بين الميل نحو الخمول والكسل والتراخي ويصحب ذلك عدم دقة الحركة.

(٦٥: ٢٠٩)

وتبين عنايات فرج (١٩٩٨) أن المراهقين يتميزون بقدر بالغ من الحساسية من جهة نموهم الجسمي واختلافهم فيه عن غيرهم ، ويرى البعض أن "مفهوم الذات الجسمية" لدى المراهقين تلعب دوراً هاماً في هذه المرحلة هي كيفية مساعدة المراهق على قبول جسمه قبولاً حسناً، وهنا تكمن أهمية التربية الرياضية التي يمكن أن تسهم في تعويد المراهقين على حسن استخدام أجسامهم استخداماً إيجابياً فعالاً ومحاولة توجيههم نحو أنواع الأنشطة الرياضية التي يشعرون فيها بخبرات النجاح، الأمر الذي يساعد المراهق على أن يتقبل صورته الجسمية ويتوافق معها.

(٣٩: ٧٠)

النمو الحركي:

أشاره عفاف عبد الكريم (١٩٩٥) إلى أنه يجب أن تستمر التنمية في هذه المرحلة بهادفية، فالمرحلة ليست مرحلة توقف عن النمو كما يجب أن تتحقق الأهداف العامة للتنمية البدنية في مناهج المرحلة بفاعلية كبيرة، كما يجب أن تواجه التنمية البدنية الأساسية أثناء المراهقة إلى تحسين القدرات الحركية وتنشيط المهارات المكتسبة ولكي يمكن تحقيق التنمية البدنية الأساسية في هذه المرحلة تحقيقاً كاملاً يجب أن تنمي في المراهق الثقة بالنفس.

(٣٤: ٥٧)

ويرى محمد علاوي (١٩٩٨) أن النمو الحركي لهذه المرحلة يتميز بالاختلال في التوازن والاضطراب بالنسبة لنواحي التوافق والتناسق والانسجام، وكما يؤكد أن الاضطراب يحمل الطابع الوقتي إذ لا يلبس المراهق بعد ذلك في غضون مرحلة الفتوة أن تتبدل حركاته لتصبح أكثر توافقاً وانسجاماً عن ذي قبل، ويذكر الخبراء أن هذه المرحلة هي فترة ارتباك حركي إذ أنها تحمل في طياتها بعض الاضطرابات التي يمتد لفترة معينة للنواحي النوعية للنمو الحركي.

(٥١: ١٢٧)

وتذكر عنايات فرج (١٩٩٨) أن حركات المراهق تتميز في بداية هذه المرحلة بالاختلال التوازن والاضطراب بالنسبة لنواحي التوافق والتناسق والانسجام وأن الاضطراب يحمل الطابع الوقتي إذ لا يلبس المراهق بعد ذلك أن تتبدل حركاته لتصبح أكثر توافقاً وانسجاماً عن ذي قبل، أي أن مرحلة المراهقة هي فترة الارتباك الحركي وفترة الاضطراب والنمو الحركي العام والافتقار للرشاقة، يمارس الفرد العديد من المهارات الحركية ويقوم بتنشيطها وخاصة التمرينات الفنية وبعض الأنشطة الحركية الأخرى كما تتميز بزيادة القدرة على التكيف مع المجهود البدني.

(٣٩: ٧١)

ويشير محمد علاوي (١٩٩٨) إلى أنه يمكن تلخيص أهم مواطن الاضطراب والاختلال الحركي فيما يلي:-

- الارتباك الحركي العام.
- الافتقار للرشاقة.
- نقص هادفية الحركات.
- اضطراب القوى المحركة.
- نقص القدرة على التحكم الحركي.
- التعارض في السلوك الحركي العام.

(١٢٩-١٢٧: ٥١)

وترى ناهد سعد ، نللي فهم (١٩٩٨) أن عملية تنظيم وتخطيط التربية الجسمانية الأساسية التي بدأت في المرحلة الابتدائية يجب أن تكتمل في فترة المراهقة فهي ليس فترة ركود، والتنمية الجسمانية الأساسية يجب أن تركز أثناء فترة المراهقة على استمرار نمو الصفات البدنية وتثبيت المهارات التي اكتسبت، كذلك تحصيل معارف جديدة كما يجب أن تضمن ارتفاع الكفاءة البدنية بشكل عام.

وتؤكد عنايات فرج (١٩٩٨) أنه يجب أن تشمل البرنامج على تمارين بنائية للمجموعات العضلية المختلفة وتمارين وحركات الارتداد والتموج وعلى تمارين بأدوات صغيرة (كالكرة والحبلة).

ويشير أسامه راتب (١٩٩٩) إلى أنه تعتبر الفترة العمرية الخاصة بالبلوغ وبداية المراهقة موازنة لمرحلة الحركة الرياضية وفقا لتطور النمو الحركي، كما أن هذه الفترة العمرية تشهد تغيرات هامة في نمو المهارة الحركية النوعية أي بداية تفضيل التلميذ لممارسة نوع معين من النشاط الرياضي ويعزف عن ممارسة نشاط رياضي آخر ويتوقف ذلك على كل من الاستعداد البدني والنفسي للتلميذ. ومن الأهمية أن تشهد هذه المرحلة المزيد من الاهتمام والتركيز على الأداء من حيث الشكل المهاري والدقة إضافة إلى صقل وإتقان المزيد من المهارات المركبة واستخدامها في بعض الألعاب التمهيدية لنشاط رياضي معين أو بعض الألعاب والأنشطة الرياضية قبل أنشطة أخرى لارتباطها بالعمر السني للتلميذ.

ويذكر محسن حمص (١٩٩٧) أن من أهم خصائص هذه المرحلة السنية هي:-

- الخصائص النفس حركية:

- ١- النمو الجسمي السريع.
- ٢- النضج الجنسي.
- ٣- نمو الصفات البدنية.

- الخصائص الوجدانية:

- ١- زيادة القدرة على تبرير التصرفات.
- ٢- إتقان العمل الموكل إلى الفرد.
- ٣- الاهتمام بالمظهر العام.
- ٤- الرغبة في تقليد الآخرين.
- ٥- الاهتمام بالعادات والتقاليد.
- ٦- زيادة حب الفرد للمغامرة.
- ٧- زيادة حب الفرد بالجماعة والولاء لها.
- ٨- الخوف من الفشل والقدرة على تحمل المسؤولية.

- الخصائص المعرفية:

- ١- استخدام القدرة الذهنية.
- ٢- التطلع إلى الاستقلال الفكري.
- ٣- تطور القدرة على الابتكار

(٢١ : ٢٠ ، ٢١)

- الدراسات السابقة:-

أولاً: الدراسات العربية.

(١) دراسة أحمد مصطفى كمال مراد.(٢٠١٢) . (٤)

- موضوع الدراسة :-

تأثير برنامج تدريبي للتوازن على دقة التصويب للاعبين كرة القدم.

- هدف البحث:-

يهدف البحث الحالي إلى تصميم برنامج تدريبي باستخدام تمرينات التوازن للتعرف على:

- تأثير البرنامج التدريبي المقترح على بعض المتغيرات البدنية (التوازن الثابت – التوازن الحركي - الرشاقة - القدرة العضلية للرجلين) قيد البحث.
- تأثير البرنامج التدريبي المقترح على متغير دقة التصويب قيد البحث.

- منهج البحث:-

استخدم الباحث المنهج التجريبي نظراً لملامته لطبيعة البحث الحالي باستخدام التصميم التجريبي لمجموعة واحدة بإتباع القياس القبلي والبعدى لها.

- عينة البحث:-

تم اختيار مجتمع البحث من ناشئى كرة القدم مواليد ٩٣ تحت ١٨ سنة بمحافظة بني سويف لموسم ٢٠١٠/٢٠١١م، وقام الباحث باختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من ناشئى نادي بني سويف الرياضي، وبلغ حجم العينة (٢٥) ناشئى.

- نتائج الدراسة:-

- حدث تحسن لدى عينة البحث فى عنصر التوازن الثابت حيث وجدت فروق ذات دلالة إحصائية بين كل من القياسين القبلي والبعدى ولصالح القياس البعدى، حيث بلغت نسبة التحسن (٥٧.٤٣%) فى عنصر التوازن الثابت لدى عينة البحث.
- حدث تحسن لدى عينة البحث فى عنصر التوازن الحركي حيث وجدت فروق ذات دلالة إحصائية بين كل من القياسين القبلي والبعدى ولصالح القياس البعدى، حيث بلغت نسبة التحسن (٥١.٢٢%) فى عنصر التوازن الحركي لدى عينة البحث.
- حدث تحسن لدى عينة البحث فى عنصر الرشاقة حيث وجدت فروق ذات دلالة إحصائية بين كل من القياسين القبلي والبعدى ولصالح القياس البعدى ، حيث بلغت نسبة التحسن (١.٥٢%) فى عنصر الرشاقة لدى عينة البحث.

(٢) دراسة منصور محمد راغب المغربي (٢٠٠٩) . (٦١)

- عنوان الدراسة: -

تأثير برنامج تدريبي لتنمية الدقة والقوة على مستوى أداء مهارة التصويب لدى لاعبي كرة القدم الخماسية.

- هدف الدراسة :-

التعرف على تأثير البرنامج التدريبي على عنصري الدقة والقوة ومستوى أداء مهارة التصويب لدى لاعبي كرة القدم الخماسية ومعدل التغير في نسبة التحسن لعنصري الدقة والقوة ومهارة التصويب لدى لاعبي كرة القدم الخماسية والعلاقة الارتباطية بين عنصري الدقة والقوة ومهارة التصويب لدى لاعبي كرة القدم الخماسية.

- منهج الدراسة:-

استخدام الباحث المنهج التجريبي نظراً لطبيعة وأهداف البحث .

- عينة الدراسة:-

اشتملت عينة البحث على (١٥) لاعبا من منتخب جامعة طنطا ، وتم اختيارها بالطريقة العمدية.

- نتائج الدراسة:-

توصل الباحث إلى أن البرنامج التدريبي أدى إلى تنمية دقة التصويب للاعبين كرة القدم الخماسية كما أدى البرنامج إلى تنمية القوة العضلية للاعبين كرة القدم الخماسية وقد كان للبرنامج دور ايجابي في تحسين علاقة الارتباط بين قوة عضلات الرجلين وقوة عضلات الجذع وبين دقة التصويب على المرمى.

٣) دراسة محمود سليم عبد النبي سليم (٢٠٠٦) (٥٣)

- موضوع الدراسة:-

سرعة الأداء الهجومي وأثره على نسبة التصويب لبعض المنتخبات الإفريقية في بطولة كأس الأمم الإفريقية لكرة القدم بالقاهرة (٢٠٠٦).

- هدف الدراسة:-

التعرف على سرعة الأداء الهجومي وأثره على نسبة التصويب لبعض المنتخبات الإفريقية في بطولة كأس الأمم الإفريقية لكرة القدم بالقاهرة (٢٠٠٦).

- منهج الدراسة:-

استخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي.

- عينة الدراسة:-

المنتخبات الإفريقية المشاركة في بطولة الأمم الإفريقية ٢٠٠٦ ، بالطريقة العمدية.

- أهم النتائج:-

- هناك فروق نسبية بين تكرارات وسائل تنفيذ سرعة الأداء الهجومي المستخدمة لدى بعض المنتخبات الإفريقية عينة البحث في بطولة كأس الأمم الإفريقية (٢٠٠٦) بالقاهرة.
- هناك علاقة ارتباط دالة بين وسائل تنفيذ خطط سرعة الأداء الهجومي ونسبة التصويب للمنتخبات عينة البحث.

٤) دراسة عبد المنعم يوسف زربية (٢٠٠٥) . (٣١)

- موضوع الدراسة:-

المعالجة البيوميكانيكية لطريقة أداء مهارة التصويب بالركلة الحرة المباشرة من خارج منطقة الجزاء وعلاقتها بفاعلية أداء لاعبي كرة القدم.

- هدف الدراسة:-

يهدف هذا البحث إلي تصميم برنامج تدريبي مقترح ومعرفة تأثيره على:-

- ١ - مستوى الأداء الخططي الهجومي باستخدام وسائل تنفيذ خطط الهجوم الفردي والجماعي في أجزاء الملعب المختلفة.

٢- بعض المتغيرات الخططية الهجومية (موجات الهجوم - زمن الامتلاك - الاستحواذ-زمن الفقد - نتائج المباريات).

منهج البحث:-

استخدم الباحث المنهج التجريبي حيث انه المنهج المناسب لطبيعة هذا البحث، وقد تم استخدام نموذج من التصميمات التجريبية وهو القياس القبلي والبعدي لمجموعة تجريبية واحدة.

عينه البحث:-

اشتملت عينه البحث علي ناشئى كرة القدم تحت (١٩) سنة بنادي الأهلي بطرابلس، في الموسم التدريبي ٢٠٠٤/٢٠٠٥ م بلغ قوامها (٢٥) لاعبا، هذا وقد تم اختيار العينة بطريقة عمدية.

استنتج الباحث ما يلي:-

- ١- البرنامج التدريبي المقترح باستخدام وسائل تنفيذ خطط الهجوم الفردي والجماعي يؤثر ايجابيا علي زيادة فرص التهديد للناشئين في كرة القدم عينه البحث.
- ٢- البرنامج التدريبي المقترح باستخدام وسائل تنفيذ خطط الهجوم الفردي والجماعي يؤثر ايجابيا علي زيادة عدد موجات الهجوم للناشئين في كرة القدم عينه البحث.
- ٣- البرنامج التدريبي المقترح باستخدام وسائل تنفيذ خطط الهجوم الفردي والجماعي يؤثر ايجابيا علي زيادة زمن الامتلاك، الاستحواذ، والحد من زمن الفقد للناشئين في كرة القدم عينه البحث.
- ٤- البرنامج التدريبي المقترح باستخدام وسائل تنفيذ خطط الهجوم الفردي والجماعي يؤثر ايجابيا علي نتائج المباريات وبالتالي عدد الأهداف للناشئين في كرة القدم عينه البحث.

٥) دراسة ماجد محمد عبد الله النجار (٢٠٠٤) (٤٢)

موضوع الدراسة:-

العلاقة بين القدرة على التركيز الانتباه ودقة أداء ركلة الجزاء لناشئى كرة القدم.

هدف الدراسة:-

التعرف على العلاقة بين القدرة على التركيز الانتباه ودقة أداء ركلة الجزاء لناشئى كرة القدم.

منهج الدراسة:-

استخدام الباحث المنهج الوصفي المناسب لتحقيق أهداف البحث بواسطة اختبارات وقياسات نفسية ومهارية.

عينة الدراسة:-

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من لاعبي منطقة الدقهلية لكرة القدم تحت ١٨ سنة والمسجلين بالاتحاد المصري لكرة القدم موسم (٢٠٠٢ - ٢٠٠٣) وعددهم (٨) أندية وعدد لاعبيهم (١٦٠) لاعبا.

أهم النتائج:-

وجود فروق دالة إحصائية بين القدرة على التركيز الانتباه ودقة ركلة الجزاء ومستوى الأداء العام لصالح المستوى الأعلى.

٦) دراسة عجمي محمد عجمي (٢٠٠٣) (٣٢)

موضوع الدراسة:-

أثر تطوير بعض مظاهر الانتباه على دقة التمرير والتصويب لدى ناشئ كرة القدم تحت ١٨ سنة.

هدف الدراسة:-

تصميم برنامج تدريبي لتحسين بعض مظاهر الانتباه (تركيز، تحويل، توزيع) على دقة التمرير والتصويب لدى الناشئ كرة القدم تحت ١٨ سنة.

منهج الدراسة:-

استخدم الباحث المنهج التجريبي.

عينة الدراسة:-

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من ناشئ كرة القدم بنادي الشرقية الرياضي تحت ١٨ سنة، حيث بلغ عدد أفراد العينة (٢٠) ناشئ تم تقسيمهم إلى مجموعتين الأولى تجريبية والأخرى ضابطة وقوام كل منها (١٠) لاعبين، وقد استخدم الباحث (اختبار تركيز الانتباه والذي وضعه بوردون أنفيموف Pordon Anvimore، اختبارات الأداء المهاري لكرة القدم).

نتائج الدراسة:-

أهم النتائج التي توصلت إليها الدراسة وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في القياس البعدي لمتغيرات مظاهر الانتباه تركيز تحويل، توزيع) الانتباه والأداء المهاري في كرة القدم.

٧) دراسة مفيد خليل علي محمد (٢٠٠١) . (٥٩)

موضوع الدراسة:-

تأثير بعض أساليب التدريب لتنمية القوة العضلية للرجلين على أداء الضربات الثابتة أثناء التصويب على المرمى لناشئ كرة القدم تحت ١٤ سنة.

هدف الدراسة:-

التعرف على تأثير أساليب مختلفة من تدريبات الأثقال على القوة العضلية وكذلك على أداء الضربات الثابتة أثناء التصويب على المرمى لناشئ كرة القدم.

منهج الدراسة:-

استخدم المنهج التجريبي نظراً لطبيعة الدراسة.

عينة الدراسة:-

اختيرت عينة عمدية من الناشئين بنادي ألكروم عددهم ٥٠ ناشئ، قسمت إلى خمس مجموعات (مجموعة ضابطة أربع مجموعات تجريبية) واستمر البرنامج لمدة ١٢ أسبوع.

نتائج الدراسة:-

توصلت الدراسة إلى أن البرنامج التدريبي المقترح باستخدام أساليب تطوير القوة العضلية حقق تفوقاً على المجموعة الضابطة في متغيرات القوة العضلية والتصويب.

٨) دراسة محبوب إبراهيم ياسين (٢٠٠١) (٤٤)

موضوع الدراسة:-

العلاقة بين مظاهر الانتباه ومهارة دقة التصويب بكرة القدم.

هدف الدراسة:-

معرفة العلاقة بين بعض مظاهر الانتباه ومهارة دقة التصويب بكرة القدم.

منهج البحث:-

اعتمد الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لكونه انسب الطرق لتحقيق أهداف البحث.

عينة البحث:-

اشتملت عينة البحث على لاعبي فريق كرة القدم لكلية المعلمين والبالغ عددهم (٢٠) لاعبا من الذين شاركوا ببطولة الجامعة المستنصرية للعام الدراسي (٢٠٠٠-١٠٠١) ولقد لجأ الباحث إلى اختيار العينة بالطريقة العمدية لأن أفراد العينة يمثلون المجتمع الأصلي تمثيلا صادقا وسيزودونه بالمعلومات المطلوبة تمثيلا صادقا وسيزودونه بالمعلومات المطلوبة.

أهم النتائج:-

من خلال عرض النتائج ومناقشتها توصل الباحث إلى ما يلي:

- ١- وجود علاقة ارتباط معنوية بين درجة تركيز الانتباه ودقة التصويب لكرة القدم.
- ٢- وجود علاقة ارتباط معنوية بين درجة حده الانتباه ودقة التصويب بكرة القدم.
- ٣- عدم وجود علاقة ارتباط بين درجة توزيع الانتباه ودقة التصويب بكرة القدم.
- ٤- عدم وجود علاقة ارتباط بين درجة تحويل الانتباه ودقة التصويب بكرة القدم.

٩) دراسة أسامة حسن عبد الوهاب قناوى (١٩٩٨) . (٥)

عنوان الدراسة :-

تأثير برنامج تعليمي للتركيز على السرعة والدقة والسرعة والدقة معا لمهارة التصويب للمبتدئين في كرة القدم.

هدف الدراسة:-

التعرف على تأثير التركيز على السرعة والتركيز الدقة والتركيز على الدقة والسرعة معا في التقدم بمستوى التصويب على المرمى لدى تلاميذ المرحلة الإعدادية بنين.

منهج الدراسة :-

أستخدم الباحث المنهج التجريبي لملائمة لطبيعة هذه الدراسة، وذلك باستخدام ثلاث مجموعات تجريبية بالنظامين القبلي والبعدي في التجربة الأساسية للبحث.

عينة الدراسة:-

بلغت حجم العينة (٦٠) طالب من كلية فيكتوريا من طلبة الصف الأول الإعدادي بكلية النصر للبنين فيكتوريا واختيرت العينة بالطريقة العمدية العشوائية وتم تقسيمهم إلى ثلاث مجموعات تجريبية كل مجموعة عددها (٢٠) طالب، مجموعة الدقة: وهي تركز على الدقة فقط أثناء التدريب على التصويب على أن يأخذ اللعب الوقت الكافي لتنفيذ ذلك، ومجموعة السرعة وتركز على أداء التصويب بأقصى سرعة ممكنة - ومجموعة الدقة والسرعة وتركز على الموازنة بين أداء التصويب بدقة وبسرعة معا.

نتائج الدراسة:-

- ١- أن التركيز على الدقة فقط أثناء تنمية التصويب على المرمى يرفع مستوى دقة التصويب فقط في حين لا يرفع مستوى سرعته.
- ٢- أن التركيز على السرعة فقط أثناء تنمية التصويب على المرمى يرفع مستوى سرعة التصويب فقط في حين لا يرفع مستوى دقته.
- ٣- أن التركيز على الدقة والسرعة معا خلال تنمية التصويب على المرمى لدى عينة البحث قد حقق أفضل النتائج، حيث لم تكن بين المجموعة التي ركزت عليهما معا وبين المجموعة التي ركزت على السرعة فروق دالة إحصائية في سرعة التصويب، كذلك لم تكن بين المجموعة التي ركزت على كل من السرعة والدقة والمجموعة التي ركزت على الدقة فقط فروق دالة إحصائية في دقة التصويب.
- ٤- أهمية استخدام الاختبارات المهارية لمعرفة أفضل النتائج في تنمية المهارة المتعلمة.
- ٥- أهمية تعلم السرعة والدقة معا لمهارة التصويب في كرة القدم.

(١٠) دراسة محمد مختار الزغبى (١٩٩٥) (٥٢)

موضوع الدراسة:-

أثر استخدام تمارين المنافسة لتنمية بعض الصفات البدنية الخاصة على دقة التصويب لناشئ كرة القدم.

هدف الدراسة:-

معرفة تأثير استخدام تمارين المنافسة لتنمية بعض الصفات البدنية الخاصة على الدقة التصويب لناشئ كرة القدم.

منهج البحث:-

استخدام الباحث المنهج التجريبي باستخدام مجموعتين إحداها تجريبية والأخرى ضابطة.

عينة البحث:-

تكونت عينة الدراسة من عينة عمدية قوامه ٤٠ لاعب مقسمين إلى مجموعتين إحداها تجريبية (٢٠) لاعب والأخرى ضابطة (٢٠) لاعب.

نتائج الدراسة:-

وجود تحسن واضح في كلا المجموعتين التجريبية والضابطة إلا أن التحسن كان أوضح في المجموعة التجريبية إذا ما قورنت بالمجموعة الضابطة ويعزو الباحث هذا التقدم إلى البرنامج التدريبي المقترح.

(١١) دراسة جمال إسماعيل محمد مطاوع (١٩٩٠) (٨)

عنوان الدراسة :-

تأثير برنامج تدريبي لتنمية القوة العضلية على مهارة التصويب في كرة القدم.

هدف الدراسة:-

معرفة أثر تنمية القدرة العضلية على قوة ودقة التصويب في كرة القدم.

منهج البحث:-

استخدام الباحث المنهج التجريبي باستخدام مجموعتين إحداها تجريبية والأخرى ضابطة.

عينة البحث:-

تكون العينة من ٣٠ ناشئ كرة القدم بنادي المنصورة الرياضي قسموا إلى مجموعتين متكافئتين كل مجموعة (١٥) ناشئاً إحداهما تجريبية استخدمت برنامجاً لتنمية القدرة العضلية والأخرى ضابطة.

نتائج الدراسة:-

وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى ٠.٠١ في اختيار قوة التصويب لصالح المجموعة التجريبية.

ثانياً:- الدراسات الأجنبية:-

(١٢) دراسة اوزاكي وآخرون (Ozaki & et al) (٢٠١٠) (٧٩)

عنوان الدراسة:-

التحليل الكينماتيكي للطرف في تصويب كرة القدم الصالات (ذات عدد اللاعبين الأقل)

هدف الدراسة:-

التعرف على الفروق الكينماتيكية ما بين تصويب الكرة الصغيرة (قطرها ١٨٠ ملم) ، وتصويب الكرة العادية (قطرها ٣٠٠ ملم).

منهج الدراسة:-

استخدم الباحث المنهج المقارن.

عينة الدراسة:-

(٩ لاعبين) كرة القدم (محترفين) صالات، تم اختيارها بالطريقة العمدية.

نتائج الدراسة:-

أظهرت النتائج أن متوسط سرعة الكرة ومتوسط نسبة سرعة الكرة إلى سرعة القدم عند التصويب بالكرة العادية كان أكبر وبصورة دالة إحصائية مقارنة بالتصويب بالكرة الصغيرة. بينما لم يكن هناك فرق دال إحصائي في سرعة القدم ما بين التصويب بالكرة العادية والتصويب بالكرة الصغيرة، ولم تظهر فروق دالة إحصائية في زاوية الحوض وزاوية الفخذ الساق ما بين التصويب بالكرة العادية والكرة الصغيرة.

عينة الدراسة:-

(٣٧٨ لاعب) كرة القدم، أعمارهم (٩-٢٢ سنة)، تم تقسيم أفراد العينة بناءً على العمر الزمني إلى أربع مجموعات (٥٦) لاعب المرحلة الابتدائية، (١٤١) لاعب المرحلة المتوسطة، (٥٣) لاعب المرحلة الثانوية، (٣٧) لاعب المرحلة الجامعية. وتم قياس الوزن والأجزاء الغير شحمية والطول لكل اللاعبين، أيضاً تم أداء التصويب بالكرة لأقصى مسافة وأعطى مسافة وأعطى كل لاعب ثلاث محاولات باستخدام جهاز رادار لقياس سرعة الكرة، بالإضافة لقياس سرعة المرجحة للطرف السفلي عند التصويب باستخدام جهاز تقيدي لسرعة الحركة مرتبط بجهاز قياس سرعة الكرة.

نتائج الدراسة:-

أظهرت النتائج فروق دالة إحصائية في متغيرات القياسات الانثروبومترية ما بين المجموعات باستثناء الطول (طول الجسم)، حيث لم يكن هناك فرق ما بين مجموعة المرحلة الجامعية والمرحلة الثانوية، وظهرت فروق دالة إحصائية في أداء مهارة التصويب لصالح مجموعة المرحلة الجامعية كذلك فروق دالة إحصائية بين المجموعات في مسافة وسرعة الكرة، ولم تظهر فروق دالة إحصائية ما بين المرحلة الثانوية والجامعية في سرعة المرجحة. وبينت النتائج ارتباط سرعة المرجحة بسرعة الكرة ومسافة الكرة لكل مجموعة وارتبطت سرعة الكرة بشكل قوي مع مسافة

الكرة لكل مجموعة، ورغم عدم وجود فروق دالة إحصائية بين مجموعة المرحلة الثانوية ومجموعة المرحلة الجامعية في سرعة المرحلة إلا أن مجموعة المرحلة الجامعية أظهرت أداء أعلى بصورة دالة إحصائية في سرعة ومسافة الكرة عن مجموعة المرحلة الثانوية.

١٣) دراسة باربييري وآخرون (Barbieri & al) (٢٠١٠) (٧٢)

عنوان الدراسة:-

مقارنة أداء تصويب الكرة الثابتة والمتحركة في مباراة من لاعبين من كل فريق في ملعب مغلق.

هدف الدراسة:-

مقارنة بين الكرة الثابتة والمتحركة في الكينماتيكية الزاوية لمفصل الحوض والركبة ورسغ القدم وسرعة ودقة الكرة في ملعب مغلق.

منهج الدراسة:-

استخدم الباحث المنهج المقارن.

عينة الدراسة:-

(١٠) لاعبين كرة قدم، وتم أداء خمس تصويبات لكل لاعب مرة كرة ثابتة ومرة كرة متحركة، وتم تصوير التصويبات ب ٦ كاميرات رقمية ١٢٠ هيرتز وتم حساب زوايا مفصل الحوض والركبة ورسغ القدم والسرعة الزاوية وسرعة الكرة والسرعة الخطية للقدم والسرعة النسبية والدقة.

نتائج الدراسة:-

أظهرت النتائج تشابه ما بين أداء تصويب الكرة الثابتة والمتحركة في سرعة الكرة (٢.٢٤) م/ث كرة ثابتة (٢.١٧) م/ث كرة متحركة. أيضاً في مستوى الدقة (٢٦%) كرة الثابتة، ٢٤% كرة متحركة. وفروق ضئيلة في الكينماتيكية الزاوية وسرعات المفصل الزاوية في نوع التصويب.

١٤) دراسة ستيرزاينج وآخرون (Sterzing & et al) (٢٠٠٩) . (٨٢)

عنوان الدراسة:-

السرعة والدقة كمعايير للأداء لثلاث طرق مختلفة للتصويب في كرة القدم.

منهج الدراسة:-

استخدام الباحث المنهج المقارن.

عينة الدراسة:-

(١٩) لاعب كرة قدم في الدوري الألماني (من الفريق الترتيب الرابع إلى الترتيب السادس)، أعمارهم (٧)، (٢٣) سنة، قام كل لاعب بأداء (١٣) محاولة لكل طريقة الثلاث قيد البحث، وطلب منهم الأداء بأقصى سرعة في الـ (٦) محاولات الأولى، والأداء بأقصى دقة في الـ (٦) محاولات الأخرى لكل طريقة من طرق التصويب قيد الدراسة ومجموع المحاولات (٣٦) محاولة لكل لاعب.

نتائج الدراسة:-

أظهرت النتائج فروق دالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠.٠١) في سرعة التصويب ما بين طرق التصويب المختلفة سواء عند التصويب الذي يتطلب سرعة أو دقة في التصويب، وهذه الفروق كانت ما بين التصويب بجانب القدم أقل مقارنة بالتصويب بوجه القدم الأمامي أو الداخلي. أيضاً أظهرت النتائج أن مستوى الدقة كان أعلى ولصالح مجموعة التصويب بجانب القدم مقارنة بالتصويب بوجه القدم الأمامي أو الداخلي. كذلك أظهرت النتائج انخفاض في

مستوى سرعة التصويب عندما كان الأداء يتطلب دقة التصويب في الطرق المختلفة (٨٥%) التصويب بوجه القدم الأمامي (٨٢%) التصويب بوجه القدم الداخلي (٨٦%) التصويب بجانب القدم). وأظهرت النتائج مستوى دقة منخفض عندما يتطلب سرعة تصويب وظهور تباين عالي في طرق التصويب المختلفة.

التعليق على الدراسات السابقة:-

يتضح من خلال العرض المرجعي للدراسات السابقة التي أمكن للباحث التوصل إليها والتي أجريت في الفترة (١٩٩٠) حتى (٢٠١٢)، أنها تلقي الضوء على كثير من النقاط الهامة التي يمكن الاستفادة منها في الدراسة الحالية، وذلك فيما يتعلق بأهداف الدراسة، والمنهج المستخدم، والعينة، وأهم النتائج التي توصلت إليها، وذلك وفقاً لما يلي:

من حيث الهدف:-

يتضح من العرض المرجعي تنوع أهداف الدراسات السابقة، ولكنها اتفقت معظمها على مدى تأثير بعض القدرات البدنية مثل الدقة – السرعة – القوة - والانتباه على أداء مهارة التصويب بكرة القدم وكذلك تأثير استخدام بعض الوسائل التعليمية ومظاهر التركيز والانتباه ومدى تأثير وعلاقة الكينماتيكية في تعلم مهارة التصويب في كرة القدم ومن هنا أمكن للباحث تحديد هدف الدراسة وهو { اقتراح برنامج تعليمي لفاعلية مهارة التصويب بكرة القدم الخماسية من مواقف اللعب المختلفة، لطلاب المرحلة المتوسطة الصف الثالث }.

من حيث المنهج المستخدم:-

اتفق معظم الباحثين في تلك الدراسات باستخدام المنهج التجريبي في تطبيق التجربة عدا ثلاث دراسات فقط استخدمت المنهج الوصفي من بين (١٤) دراسة وثلاث دراسات استخدمت منهج مقارن وهذا ما دعى الباحث إلى اختيار المنهج التجريبي لدراسة لمجموعتين ضابطة وتجريبية باستخدام القياس القبلي والبعدى لتطبيق التجربة واستخدام المنهج الوصفي لاقتراح البرنامج وذلك لملائمة لطبيعة الدراسة.

من حيث العينة:-

تنوعت العينات في الدراسات السابقة من حيث العدد والمجالات وذلك وفقاً لطبيعة المجتمع الأصلي والأهداف الخاصة بكل دراسة فمنها من المبتدئين كدراسة أسامة حسن عبد الوهاب (١٩٩٨) (٥)، ومنها للناشئين كدراسة جمال إسماعيل مطاوع (١٩٩٠) (٨) ودراسة محمد مختار الزغبى (١٩٩٥) (٥٢) ودراسة عجمي محمد عجمي (٢٠٠٣) (٣٢) ودراسة ماجد محمد عبد الله النجار (٢٠٠٤) (٤٢) ودراسة منصور محمد راغب المغربي (٢٠٠٩) (٦١)، ودراسة أحمد مصطفى كمال مراد (٢٠١٢) (٤)، ودراسة عبد المنعم يوسف زربية (٢٠٠٥) (٣١)، ودراسة مفيد خليل على محمد (٢٠٠١) (٥٩) ومنها على لاعبي منتخب كرة القدم مثل دراسة محمود سليم عبد النبي (٢٠٠٦) (٥٣)، ودراسة ستيرزايينج وآخرون Sterzing & et al (٢٠٠٩) (٨٢)، وبينما كانت على طلاب جامعات مثل دراسة محبوب إبراهيم ياسين (٢٠٠١) (٤٤)، ومن خلال اطلاع الباحث على عينات الدراسات المرجعية اتضح لدى الباحث تنوع عينات الدراسات السابقة وذلك حسب طبيعة كل دراسة واتفقت جميعها على الطريقة العمدية في اختيار العينة مما ساعد الباحث في اختيار العينة من طلاب الصف الثالث المتوسط من فريق كرة القدم الخماسية، وكذلك كونها من ضمن مجال الباحث كون الباحث مدرس تربية رياضية في المرحلة المتوسطة في جمهورية العراق.

من حيث أهم النتائج:-

بعد إطلاع الباحث على نتائج الدراسات السابقة ومن خلال ما توصلت إليه تلك الدراسات من نتائج إيجابية وتحسن في أداء مهارة التصويب مما دفع بالباحث لأجراء هذه الدراسة على مهارة التصويب على المرمى لأهميتها في لعبة كرة القدم ولكن باستخدام تدريبات أكثر حداثة وذلك من خلال مواقف اللعب المختلفة بحيث تكون مشابهة لظروف المباريات.